

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Yogyakarta menjadi destinasi favorit bagi para siswa yang ingin melanjutkan pendidikan. Yogyakarta dikenal sebagai kota pendidikan, yang menjadi pilihan utama karena terdapat banyak universitas yang berdiri. Alasan lain mengapa siswa memilih kota Yogyakarta yaitu karena suasana kota yang nyaman dan biaya hidup yang terjangkau, saat seseorang memilih untuk merantau, hal ini berarti harus mempertimbangkan tempat tinggal baru dan bersiap untuk beradaptasi dengan lingkungan dan orang-orang baru (Juli, 2023).

Mahasiswa perantauan merujuk pada mahasiswa yang secara fisik terpisah dari orang tuanya di rumah. Konsep ini sesuai dengan pandangan (Nuzuli, 2020) yang menyatakan bahwa mahasiswa adalah seseorang yang terdaftar dan sedang belajar pada suatu lembaga pendidikan seperti akademi, politeknik, sekolah tinggi, institut, atau universitas. Sedangkan istilah “merantau” dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah pindah ke negara, daerah, atau luar negeri untuk mencari penghidupan, pendidikan, atau kebutuhan lainnya.

Mahasiswa yang memilih merantau kemungkinan mengalami ketidaknyamanan terhadap lingkungan baru, yang dapat berdampak baik secara fisik maupun emosionalnya. Hal ini sebagai respons terhadap perpindahan dan kehidupan di lingkungan yang baru, terutama jika mereka dihadapkan pada budaya yang berbeda, sehingga dapat menyebabkan culture shock atau gegar budaya. Culture shock adalah gejala sosial yang dialami oleh perantau ketika mereka pindah ke daerah dan budaya baru. Selain itu mahasiswa yang merantau tentunya akan berpisah dari orang tua mereka. Keadaan ini seringkali mengakibatkan terputusnya komunikasi langsung antara orang tua dan anak, dan berdampak pada perkembangan psikologis anak (Prayoga & Handoyo, 2023).

Peran orang tua memiliki signifikansi besar dalam kehidupan anak yang masih membutuhkan pendampingan dan pengawasan dari orang tua. Mengenai ini mencakup pemberian kasih sayang, perhatian, dukungan, bimbingan, dan asuhan

untuk memastikan perkembangan anak optimal. Kedudukan dan fungsi orang tua dalam kehidupan anak dianggap sebagai hal utama dan mendasar sebab hal ini berkaitan dengan proses interaksi dan komunikasinya. Komunikasi adalah awal dari interaksi antar manusia, maka manusia menjadi naturalisasi dalam masyarakat dan mulai berinteraksi dengan orang lain melalui komunikasi. Menurut teori dari Karl Iver Hovland, seorang Psikologis yang memelopori studi komunikasi sosial, Ilmu komunikasi merupakan usaha teratur untuk merumuskan secara nyata prinsip-prinsip penyajian informasi serta membentuk pendapat dan sikap. Secara umum dapat kita simpulkan bahwa komunikasi yaitu penyampaian informasi dan pemahaman diri sendiri kepada orang lain. Selanjutnya menurut seorang praktisi manajemen sumber daya manusia yaitu Achmad S. Ruky, Komunikasi adalah proses pengiriman dan pertukaran pesan, dan pesan tersebut dapat berupa kenyataan, saran, pikiran, keterangan, atau informasi dari satu orang ke orang lain. Komunikasi dapat digolongkan menjadi dua tipe yaitu komunikasi intrapersonal dan komunikasi interpersonal (Hadawiah & Nurtanti, 2019).

Komunikasi interpersonal merupakan proses pertukaran pesan dengan umpan balik antara dua individu atau kelompok kecil. Proses ini terjadi ketika komunikator sebagai pengirim pesan baik secara verbal maupun nonverbal. Komunikasi dalam keluarga sangat penting, karena sebagai wadah pembentukan dan pengembangan nilai-nilai yang diperlukan anggota keluarga dalam menjalani kehidupan (Wowor, 2021).

Komunikasi interpersonal dalam keluarga yang berkualitas mempengaruhi kedekatan antara anggota keluarga. Apabila komunikasi tidak baik maka akan memberikan dampak negatif, yaitu kurangnya keharmonisan keluarga dan kedekatan emosional. Terlebih pada keluarga dengan anak yang merantau, karena anak yang merantau membutuhkan dukungan yang lebih untuk membantu dalam proses adaptasinya. Namun pada kenyataannya anak yang merantau sering mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dengan orang tua. Hal ini dikarenakan oleh beberapa hal, meliputi kesibukan orang tua dalam bekerja ataupun kesibukan anak dalam mengikuti perkuliahan. Lebih lanjut, terkadang anak kuliah lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman-temannya. Disamping itu karakter

orang tua yang otoriter, seingkali menjadikan anak sungkan dan takut untuk terbuka serta berbagi cerita dengan orang tua mengenai masalah dan pengalamannya dalam proses penyesuaian dengan lingkungan baru. Proses menyesuaikan diri atau adaptasi yang kurang baik dapat mempengaruhi kesehatan mental anak (Najmudin, 2023).

Pada saat ini isu kesehatan mental menjadi topik yang banyak dibahas. Kasus yang berhubungan dengan kesehatan mental mulai bermunculan di Masyarakat. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), penduduk dengan usia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan kesehatan mental sebanyak lebih dari 19 juta, dan pada usia yang sama lebih dari 12 juta penduduk mengalami depresi. Saat ini Indonesia memiliki prevalensi orang dengan kesehatan gangguan mental sekitar satu dari lima penduduk. Hal tersebut berarti sekitar 20% populasi di Indonesia itu memiliki potensi-potensi masalah gangguan kesehatan (Risnawati, et al 2024).

Menurut data Survei Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi gangguan emosi dan mental yang ditunjukkan dengan gejala depresi dan kecemasan pada penduduk usia 15 tahun ke atas adalah sekitar 6,1% dari jumlah penduduk Indonesia atau setara dengan 11 juta orang. Angka depresi pada penduduk usia 15-24 tahun yaitu 6,2%. Pada depresi berat, penderita cenderung melukai diri sendiri (self-harm) atau bahkan bunuh diri. Hingga 80- 90% kasus bunuh diri disebabkan oleh depresi dan kecemasan. kasus bunuh diri dapat terjadi di Indonesia, yang setara dengan satu kasus bunuh diri setiap jamnya. Menurut para ahli bunuh diri, 6,9% siswa berniat bunuh diri dan 3% lainnya sudah pernah mencoba bunuh diri. Data di atas cukup membuktikan bahwa permasalahan kesehatan mental di Indonesia yang sebenarnya menimpa masyarakat usia kerja, termasuk pelajar, dan mahasiswa, belum mendapat penanganan yang memadai (Nugroho, et al 2022).

Survei terhadap populasi pelajar di Provinsi Yogyakarta terkait kesehatan mental menunjukkan bahwa 51% pelajar mengalami gejala depresi dengan tingkat keparahan yang bervariasi dari ringan hingga berat (Shabrina, Prathama, & Ninin, 2021). Menurut World Health Organization (WHO) Kesehatan mental merupakan kondisi dimana seseorang memiliki kemampuan dalam mengatasi dan beradaptasi

dengan baik terhadap stres yang dihadapi, bekerja secara produktif, dan berkontribusi terhadap lingkungan. Kondisi gangguan kesehatan mental pada anak rantau diantaranya adalah merasa kepekaan, sering kali overthinking, homesick, merasa sedih, nangis, memiliki mood yang buruk, emosi tidak terkontrol, merasa gelisah, tidak percaya diri, menjadi malas beraktivitas, merasa hubungan sosial tidak berkembang dan menarik diri dari lingkungan (Muttaqin & Hidayati, 2022).

Dampak terburuk dari gangguan kesehatan mental adalah keinginan dan upaya untuk bunuh diri pada mahasiswa rantau sebagai akibat dari kurangnya support sistem. Hal ini dibuktikan dengan adanya dua kasus bunuh diri mahasiswa dari Perguruan Tinggi Negeri dan Swasta di Yogyakarta. Keduanya merupakan mahasiswa dari luar Yogyakarta, yaitu Jawa Barat dan Lampung, oleh karena itulah seharusnya keluarga sangat berperan penting untuk terus dapat berkomunikasi dengan baik terhadap anak yang merantau, karena komunikasi interpersonal yang baik dalam keluarga menjadikan anak nyaman untuk mengungkapkan perasaan dan kebutuhan khususnya kebutuhan psikologis anak (Rosa, 2022).

Dikutip dari Databoks, jumlah kasus bunuh diri di Indonesia di tahun 2023 mencapai 971 kasus, lebih tinggi dari tahun 2022 yaitu 900 kasus. Hal ini menunjukkan tekanan besar yang dialami oleh mahasiswa yang merujuk pada kondisi kesehatan mental yang terganggu. Terganggunya kesehatan mental mahasiswa dapat dipengaruhi beberapa hal, seperti ketidakseimbangan antara fisik dan berfikir, pola komunikasi, pergaulan, serta pola hidup. Hal yang mempengaruhi gangguan kesehatan mental tersebut, dapat digolongkan menjadi tiga faktor yaitu, faktor psikologis, faktor biologis, dan faktor sosial budaya (Risnawati, et al 2024).

Penelitian dari Fitria (2023) mengatakan bahwa banyak mahasiswa yang merasa stres karena beban tugas yang berat dan dianggap sulit. Namun dengan berkomunikasi dengan orang tua, misalnya dengan berbagi pengalaman tentang tantangan yang dihadapi, orang tua bisa memberikan kata-kata motivasi, kehangatan fisik, atau sekadar hadir dan mendengarkan cerita serta keluhan anak

sehingga melalui aktifitas tersebut orang tua dapat memberikan solusi dan dukungan untuk masalah yang sedang dialami anak. Hal ini tidak hanya memberikan keberanian dan kenyamanan, tetapi juga mengurangi beban pikiran atau stres.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan metode wawancara pada lima responden yaitu mahasiswa rantau Semester 6 Prodi keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Hasil wawancara tiga dari lima mahasiswa mengatakan ada perbedaan komunikasi dengan orang tua sebelum dan sesudah merantau yang disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya mahasiswa yang sibuk dengan kegiatan perkuliahan dan orang tua yang sibuk dengan pekerjaannya masing-masing. Namun sebelum merantau dua dari lima mahasiswa mengatakan tidak ada perubahan karena komunikasi dengan orang tua memang sudah kurang, hal tersebut dikareakan orang tua dari mahasiswa bersikap otoriter, kurang perhatian, jarang mengajak anak untuk berdiskusi serta tidak peka dengan kebutuhan psikologis anak. Hal ini membuat mahasiswa menjadi sungkan dan tidak nyaman untuk berbagi perasaan, kebahagiaan, kesedihan serta kecemasannya karena takut dihakimi oleh orang tua, oleh karena itu mahasiswa memilih untuk memendam perasaannya sendiri. Para mahasiswa berpendapat bahwa komunikasi orang tua berperan penting dalam memberi dukungan emosional mahasiswa ditempat rantauan.

Dari hasil studi pendahuluan, salah satu mahasiswa di fakultas kesehatan prodi keperawatan UNJAYA melakukan tindakan *self harm*, mahasiswa tersebut mengatakan salah satu cara untuk meluapkan emosional adalah mengiris tangannya sendiri menggunakan silet. Mahasiswa tidak ada tempat untuk berbagi ketika dihadapkan oleh permasalahan di perantauan dan kurangnya keterlibatan orang tua dalam keseharian anak, dalam hal ini yaitu komunikasi yang efektif. Sehingga mahasiswa memilih untuk melakukan tindakan negatif untuk meluapkan emosinya. Mahasiswa mengatakan komunikasi orang tua dan anak yang baik akan berdampak positif dengan kesehatan mental mereka diantaranya yaitu memberikan dukungan emosional, mengurangi rasa kesepian, membangun rasa percaya diri, memberikan motivasi, mengurangi kecemasan serta menjaga

hubungan keakraban dalam keluarga. Oleh **sebab** itu peneliti tertarik untuk meneliti tentang “ Hubungan Komunikasi Interpersonal Dalam Keluarga Dengan Kesehatan Mental Mahasiswa Rantau”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas, maka dapat disimpulkan peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Komunikasi Interpersonal Dalam Keluarga Dengan Kesehatan Mental Mahasiswa Rantau”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan komunikasi interpersonal dalam keluarga dengan kesehatan mental anak rantau.

2. Tujuan khusus

- a. Diketuainya mengetahui karakteristik responden.
- b. Diketuainya tingkat komunikasi interpersonal dalam keluarga pada mahasiswa rantau di prodi keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- c. Diketuainya tingkat kesehatan mental mahasiswa rantau di prodi keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- d. Diketuainya keeratan hubungan komunikasi interpersonal keluarga dengan kesehatan mental mahasiswa rantau di prodi keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Diharapkan memberikan kontribusi tambahan pada pemahaman dalam pembelajaran keperawatan jiwa dan keluarga khususnya hubungan antara komunikasi interpersonal dalam keluarga dan kesehatan mental mahasiswa rantau.

2. Praktis

Dapat menjadi dasar untuk tindakan lebih lanjut dan menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya, karena dapat memberikan gambaran tentang hubungan antara komunikasi interpersonal dalam keluarga dengan kesehatan mental mahasiswa rantau.

a. Mahasiswa

Memberikan pengetahuan mahasiswa mengenai hubungan komunikasi interpersonal dalam keluarga dengan kesehatan mahasiswa rantau.

b. Program studi keperawatan

Memberikan pemahaman dalam pembelajaran keperawatan jiwa dan keluarga khususnya hubungan antara komunikasi interpersonal dalam keluarga dan kesehatan mental mahasiswa rantau.

c. Bagi keluarga

Dapat menambah pengetahuan keluarga dalam berkomunikasi secara efektif dengan anak khususnya bagi anak rantau.